



# Nattfasta och måltidsregistrering Mars 2024

# Innehåll

<b>Sammanfattning .....</b>	<b>3</b>
<b>Bakgrund.....</b>	<b>4</b>
<b>Metod.....</b>	<b>5</b>
<b>Felkällor .....</b>	<b>6</b>
<b>Resultat .....</b>	<b>7</b>
Nattfasta .....	7
Antal måltider som serveras.....	10
<b>Bjärkegården .....</b>	<b>11</b>
<b>Brunnen .....</b>	<b>13</b>
<b>Brunnsgården.....</b>	<b>15</b>
<b>Hagagården.....</b>	<b>17</b>
<b>Hemsjögården .....</b>	<b>19</b>
<b>Kaptenen .....</b>	<b>21</b>
<b>Kvarnbacken.....</b>	<b>23</b>
<b>Noltorpsgården.....</b>	<b>25</b>
<b>Tuvegården .....</b>	<b>27</b>
<b>Ängabogården .....</b>	<b>29</b>
<b>Referenser.....</b>	<b>30</b>

# Sammanfattning

Under mars månad gjordes det måltids- och nattfastaregistrering på kommunens äldreboendeavdelningar i Alingsås kommun. Med undantag för växelvården på Ängabogården där registreringen inkom efter rapporten var färdigställd.

Syftet med mätningen var att ta reda på hur kommunen uppnår rekommendationerna att ha en nattfasta som är  $\leq 11$  timmar samt hur många måltider/ dygn som serveras. Detta har gjorts regelbundet under många års tid i kommunen när man vet att en minskad nattfasta samt intag av flera måltider hos äldre sköra minska risken för undernäring och ökar välmåendet. Syftet är även att kunna se om den positiva trenden för mätningen under hösten 2022 fortsatt.

Registreringen har gjorts under tre dygn ute på avdelningarna vilket sedan lagts in i en databas. Resultaten visar att nattfastan på äldreboendeavdelningarna ökat från höstens mätning 2022 i kommunen från 12,3 till 12,8 timmar. Medeltiden för nattfastan varierar mellan de olika äldreboendena från 9,4 timmar till 14 timmar. Kaptenen och Ängen på Ängabogården ligger under elva timmar. Hemsjögården och Noltorpsgården låg strax över elva timmar. Resterande äldreboenden låg över 13 timmar. Bjärkegårdens avdelningar visar på ett stort varierat resultat för nattfasta med ett spann från 9,6–14,7 timmar. Detta resultatet visas inte på övriga äldreboenden.

De flesta måltiderna äts mellan klockan 07.00 till 20.00. De äldreboenden som serverar måltider ofta under hela dygnet som Hemsjögården och Kaptenen, Noltorpsgården och Ängabogården är även de boende som har den lägsta nattfastan.

Antal godkända nätter  $\leq 11$  timmar i kommunen var 20 % mot höstens mätning 2022 som var på 30 %. Det var dock en stor spridning mellan de olika äldreboendena där de äldreboende med lägst nattfasta hade flest godkända nätter.

Mätningen visar att 70 % av brukarna åt 4 - 6 måltider / dygn med ett snitt på fem måltider.

Nattfaste- och måltidsregistreringarna är viktiga mätverktyg i förvaltningens fortsatta arbete med att följa Socialstyrelsens rekommendationer på elva timmars nattfasta, för att på så sätt minska riskerna för undernäring.

# Bakgrund

I studier har man sett att om nattfastan (det vill säga den tid som är mellan sista målet och första målet) är längre än elva timmar ökar risken för undernäring med 67 % på patienter med en medelålder på 78 år. Forskningen visar även på att mindre än fyra ät tillfällen per dag leder till tre gånger högre risk för undernäring (Soderstrom, 2018).

Att utöka måltidsordningen med små måltider/ mellanmål ger bra resultat. I en studie med sköra undernärda sjukhuspatienter ökade deras energiintag med 600 kcal och proteinintag med 12g/dag när de serverades två mellanmål per dag. Detta ledde till kortare vårdtid jämfört med dem som fick rutinvård (Kruizenga, 2005).

Man har även sett att äldre personer inte kompenserar genom att äta mindre av huvudmålet jämfört med yngre människor om de serveras mellanmål. Detta gör att mellanmål är ett bra sätt att öka energiintaget (Rolls, 1995).

Rekommenderad måltidsfördelning vid nedsatt aptit:

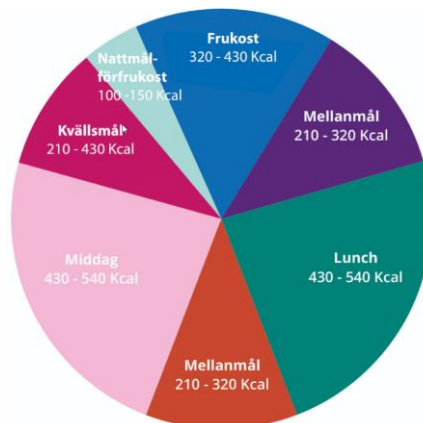


Bild: Nollvision undernäring

I Alingsås kommun har vi därför mätt både nattfastan samt antal måltider för att säkerställa både nivån och förändringen i kommunen samt få underlag för att veta var och vilka ev. åtgärder som behöver sättas in för att nå de mål vi strävar mot.

# Syfte

Att ta reda på hur kommunen följer rekommendationerna att nattfastan inte bör överstiga 11 timmar på äldreboenden.

Se hur många måltider som serveras under dygnet på äldreboendena.

Att se om den positiva trenden för mätning under hösten 2022 håller i sig.

# Metod

Registrera måltider (faktiska och erbjudna) under tre dygn på äldreboenden. Registreringen har gjorts på blankett som har används tidigare år där samtliga måltider (erbjudna eller faktiskt ätna) registreras av vårdpersonalen. Det finns blanketter för registrering där de kan välja mellan att använda en blankett per brukare eller för alla brukare per avdelning.

## Följande koder användes:

Kod 1= Brukaren åt/drack

Kod 2= Brukaren tackade nej

Information om nattfastaregistrering samt blanketter har distribuerats ut via kommunportalen, mail samt information från verksamhetschefen till enhetscheferna.

Vårdpersonalen har sedan fyllt i formuläret för brukarna på 38 avdelningar på 10 äldreboende under tre dygn.

Informationen har därefter registrerats och lagrats i en databas. För att effektivisera inmatningen av den stora mängden data har tidigare konstruerades ett specialanpassat program för inmatning och redigering. Datalagring i SQL-databas har möjliggjort såväl flexibel analys av materialet som rimlighetskontroll och eventuella felrättningar.

Nattfastan har räknats ut från databasen som det längsta intervallet mellan registrerade tillfällen då brukaren ätit minst 100 kcal vilket är en standard som är samma i hela landet.

Ur databasen har både faktisk och erbjuden nattfasta beräknats. Faktisk nattfasta (ofrivillig nattfasta) är den tid brukaren inte har ätit på. Som erbjuden nattfasta har man även räknat med den tid där brukaren har tackat nej. Det vill säga den tid som skulle blivit om brukaren hade tackat ja vid erbjudanden om mat.

Brukare med sondmatning, vård i livets slut eller är bortresta är ej medräknade i registreringen. Brukare där det inte blivit registrerat eller inte har ätit på hela förmiddagen eller

eftermiddagen har även tagits bort. Tex ätit lunch och kvällsmat men inget annat förrän nästa dag efter kl. 12:00 eller tvärt om.

Alla dygnens måltider har registrerats, vilket gör att man även kunnat ta fram antal måltider som erbjudits.

Resultat per rum ges även till enhetschefer för att kunna göra eventuella individanpassade åtgärder.

## Felkällor

Växelvården på Ängabogården är inte med i registreringen då dessa inkom efter att rapporten färdigställts.

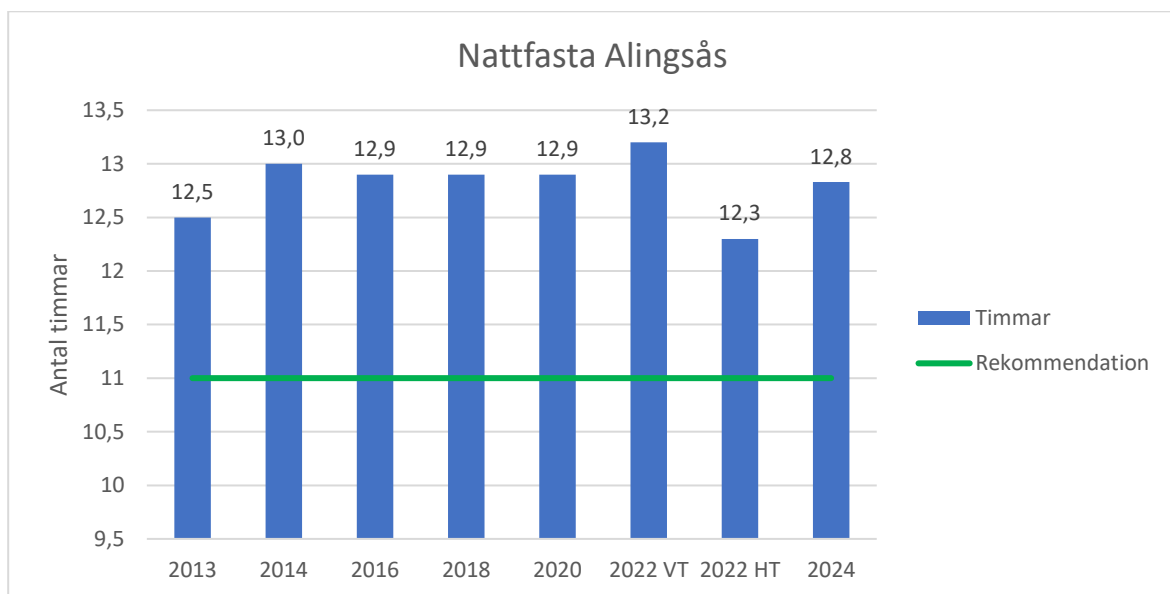
Ett vanligt mönster som dock blir mindre frekvent för varje mätning är att måltider registrerats samma tider på flera äldreboenden (kl.13:00, 15:00,17:00 och 19:00). Vilket kan misstänka slentrianmässig registrering. Registreringarna förefaller på de flesta ställena inte ha gjorts med 5 minuters noggrannhet, vilket efterfrågats i information och blanketter och behövs för att statistiskt säkert även kunna se mindre förändringar.

Någon enstaka gång har en hel eftermiddagsfika försvunnit på någon avdelning vilket man kan misstänka är att de beror på att den glömts i registrering vilket påverkar antal måltider – men inte nattfastan.

# Resultat

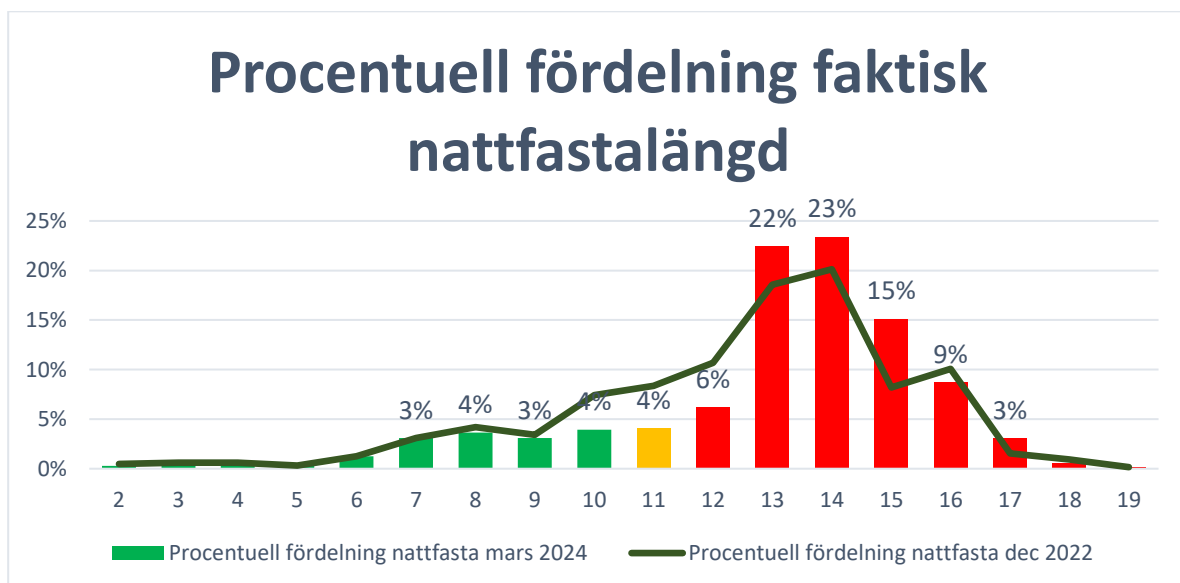
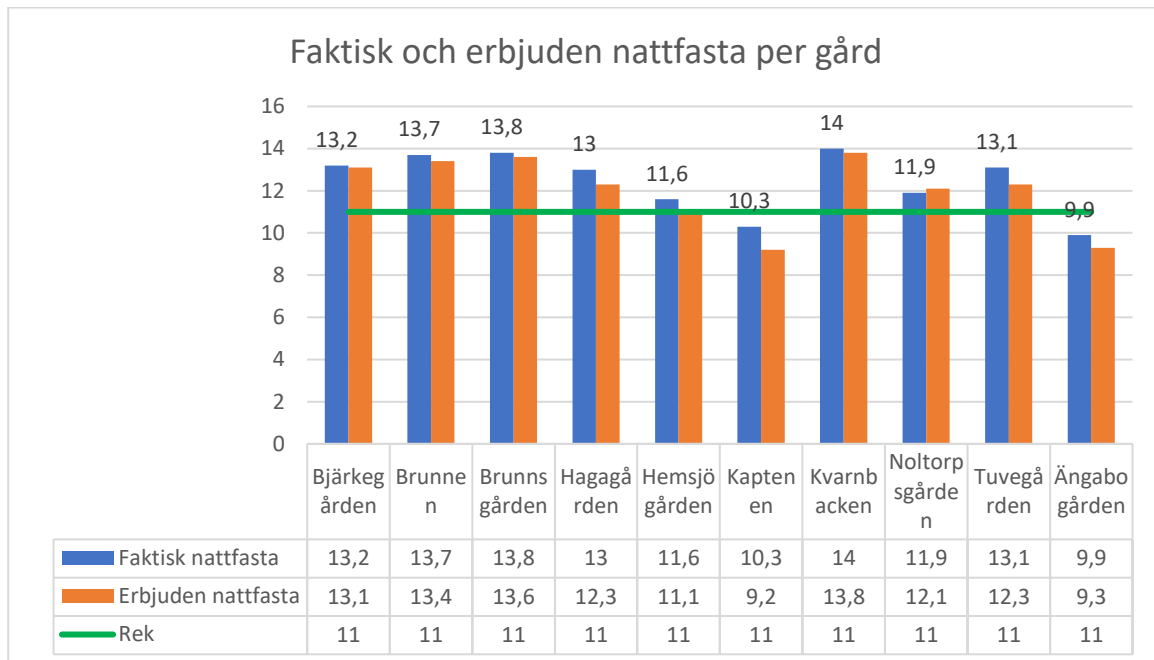
## Nattfasta

Nattfastan i kommunen låg på 12,8 timmar. Totalt har 715 medräknade nätter tagits med. Nattfastan har stigit från 12,3 till 12,8 timmar sedan höstens mätning 2022. Den är dock lägre än vårens mätning 2022 på 13,2 timmar.



Medeltiden för nattfasta varierade mellan 9,9–14 timmar mellan äldreboendena. Både Kaptenen och Ängabo låg under 11 timmar. Hemsjögården låg på 11,6 timmar.

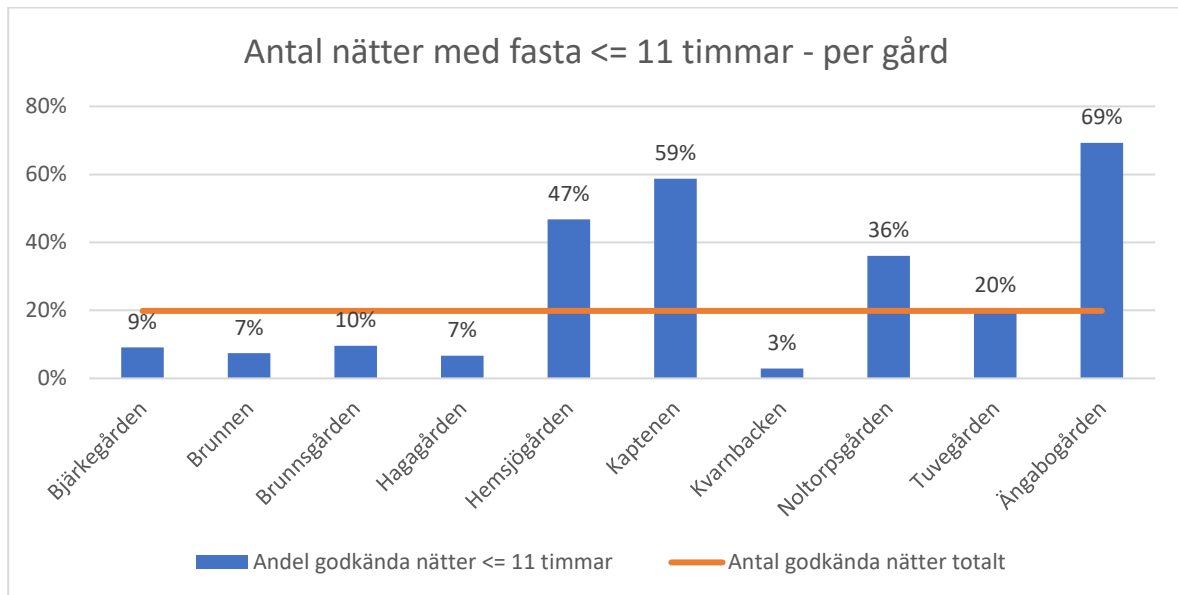
Typvärdet det vill säga den tid som registrerats mest gånger är som de flesta andra gångerna 14 timmar, förutom 2013 och vt 2022 då den låg på 13 timmar.



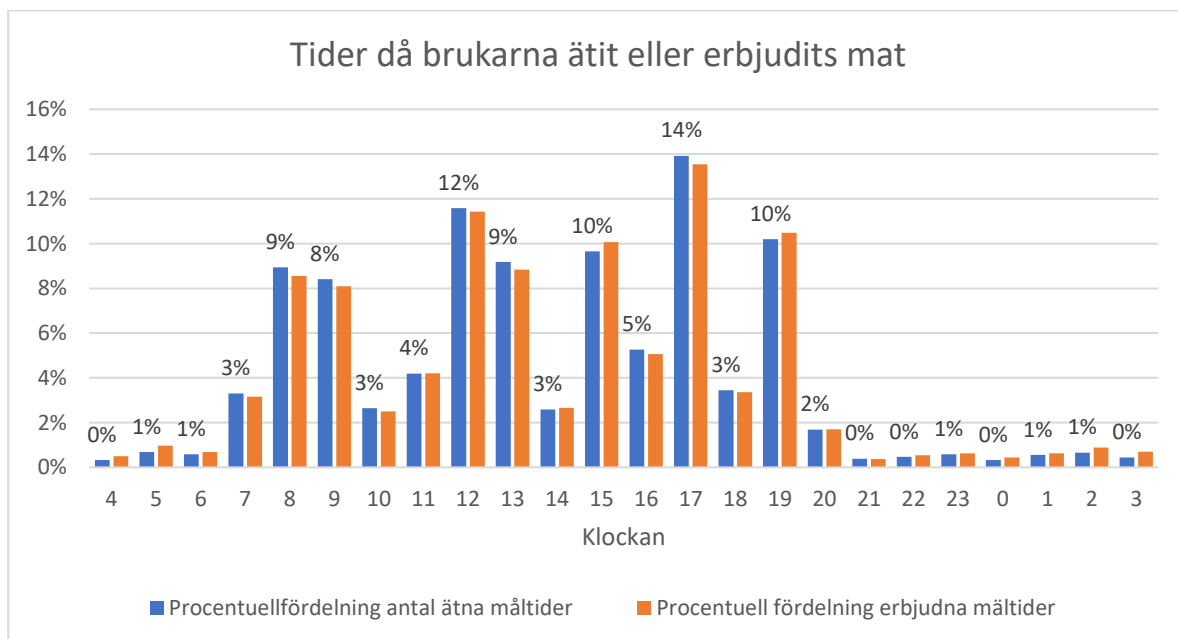
Årets mätning var 20 % godkända nätter, det vill säga 80 % hade mer än 11 timmars nattfasta. Variationen var dock stort från 9–69 % mellan äldreboendena.

Av de två mätningen som gjordes 2022 hade den första 15,4 % godkänd nattfasta (11 timmar eller kortare) och den sista på 30 % av mätningarna en godkänd nattfasta.

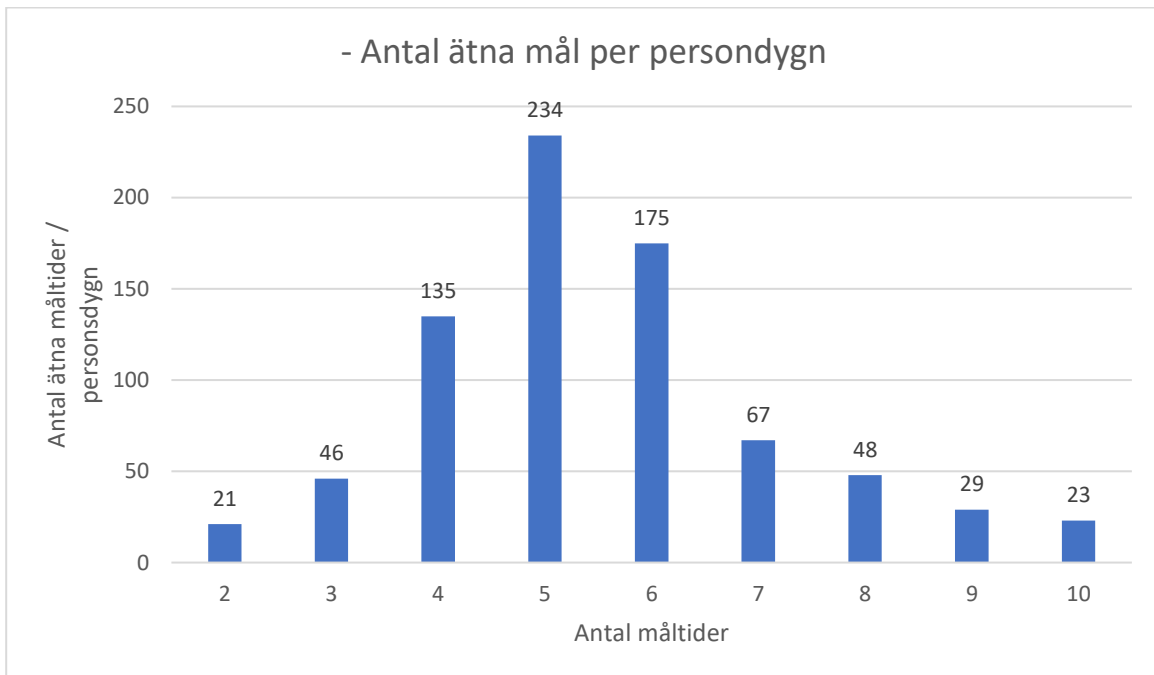




Majoriteten av måltiderna serveras under dagtid från kl.7:00-19:00. Det är en mindre del av brukarna som ätit/erbjudits kvällsmat, nattmat, förfrukost.



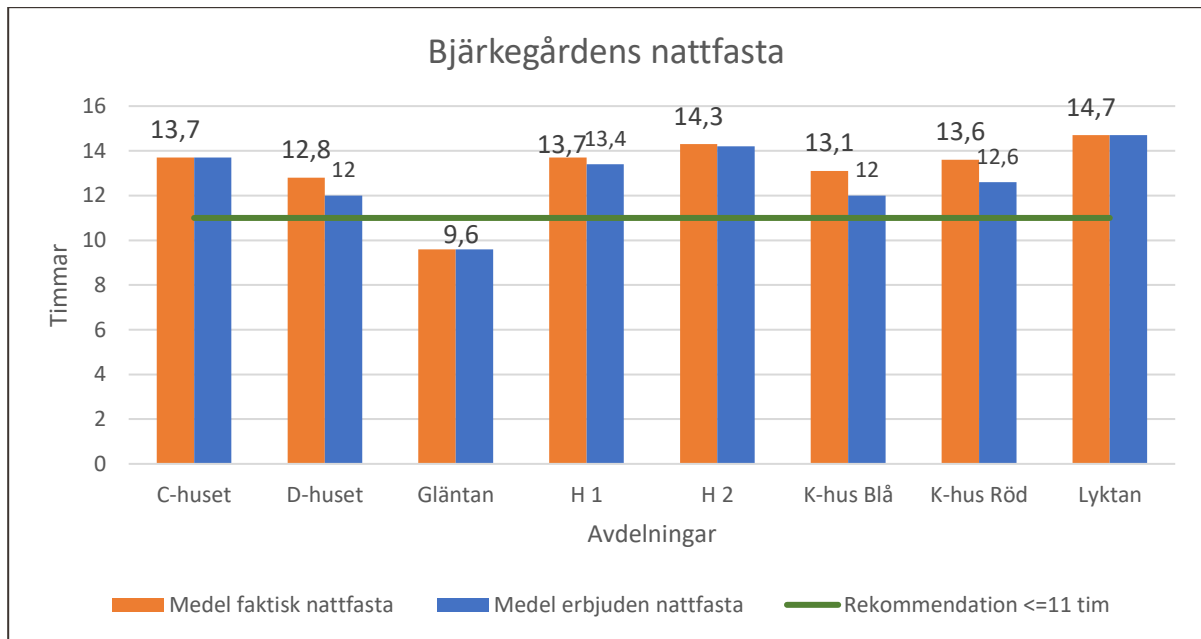
## Antal måltider som serveras



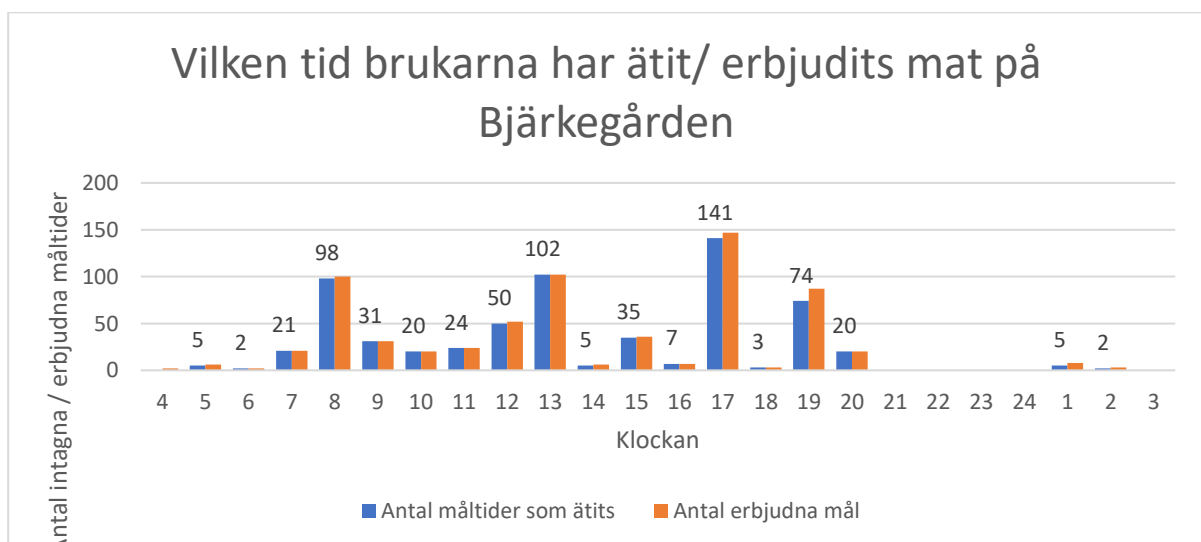
För äldre personer som inte orkar äta så mycket per gång är det viktigt att det serveras flera lite mindre måltider per dygn. Det vanligaste i kommunen är 5 måltider som serveras /dygn till brukarna. 70 % av brukarna äter 4–6 måltider/ dygn.

# Bjärkegården

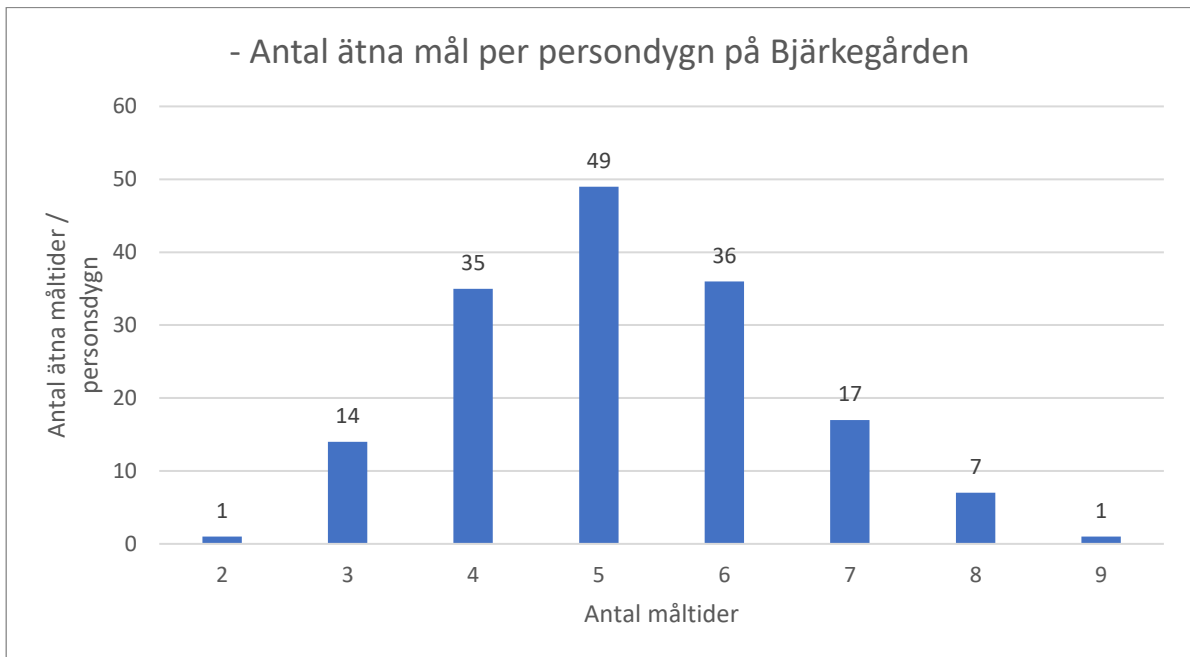
På Bjärkegården gjorde mätningar på C-huset, D-huset, Gläntan, H1, H2 K-huset Blå och röd samt Lyktan.



Nattfastan var samma på serverad och erbjuden nattfasta på alla avdelningarna. Det skilde nästan tre timmar mellan de olika avdelningarna. Lägst var 9,6 timmar på Gläntan vilket är en demensavdelning.



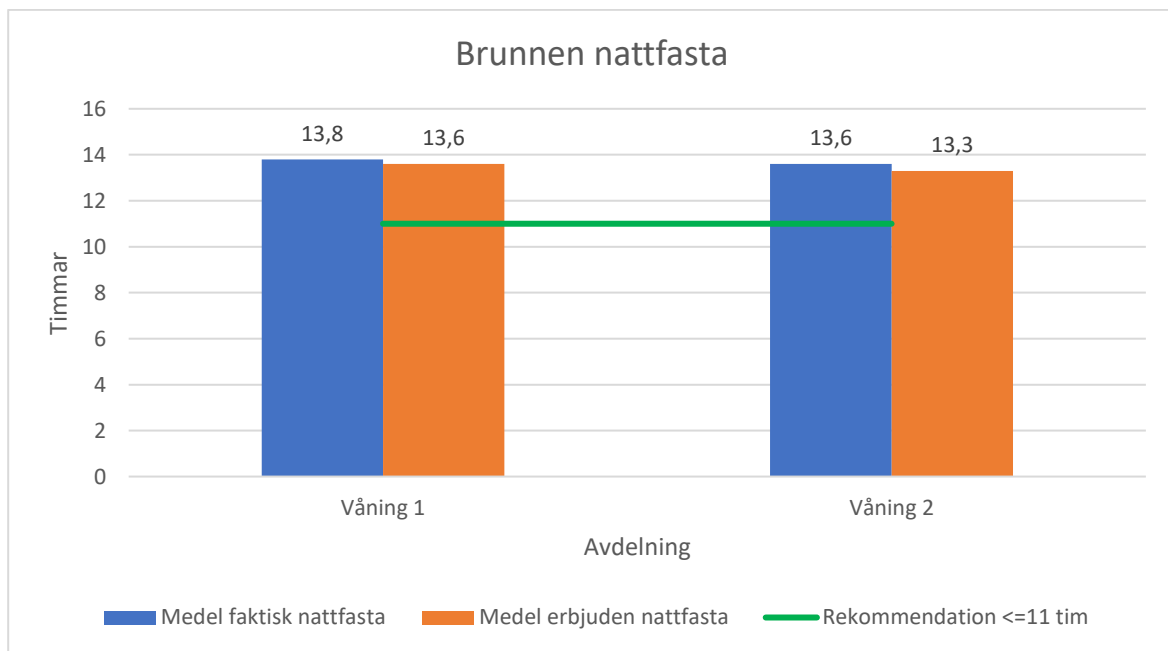
De flesta måltiderna serveras mitt på dagen. En del måltider serveras även under natten och tidig morgon.



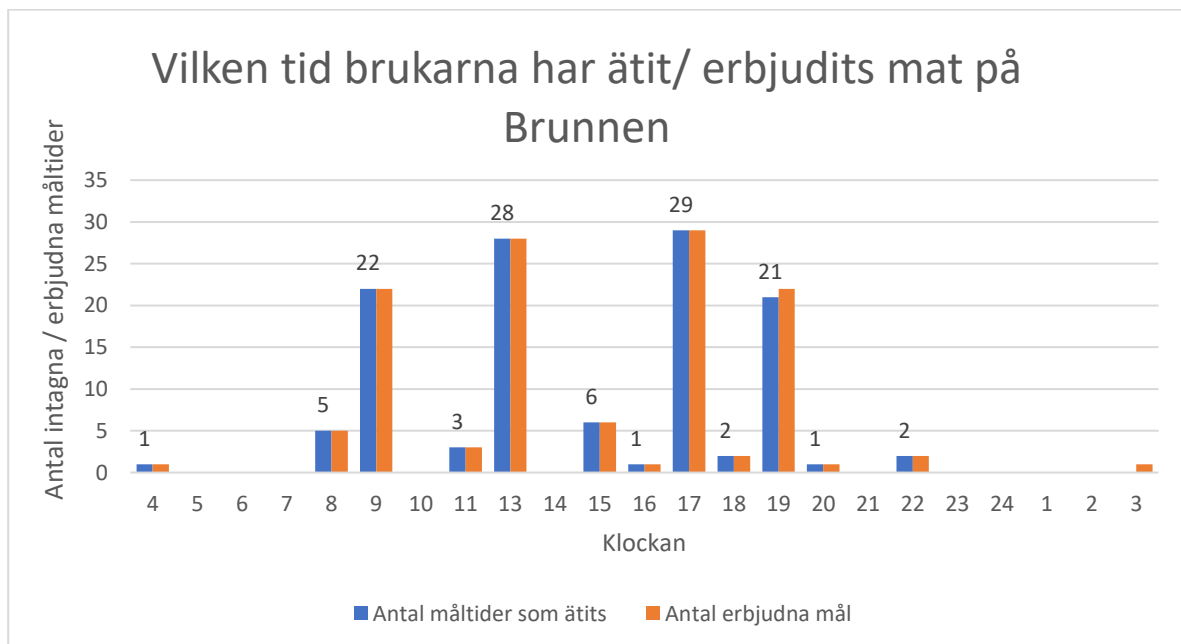
Vanligast var att brukarna åt fyra till sex måltider/dag med en stor variation från en till nio måltider.

# Brunnen

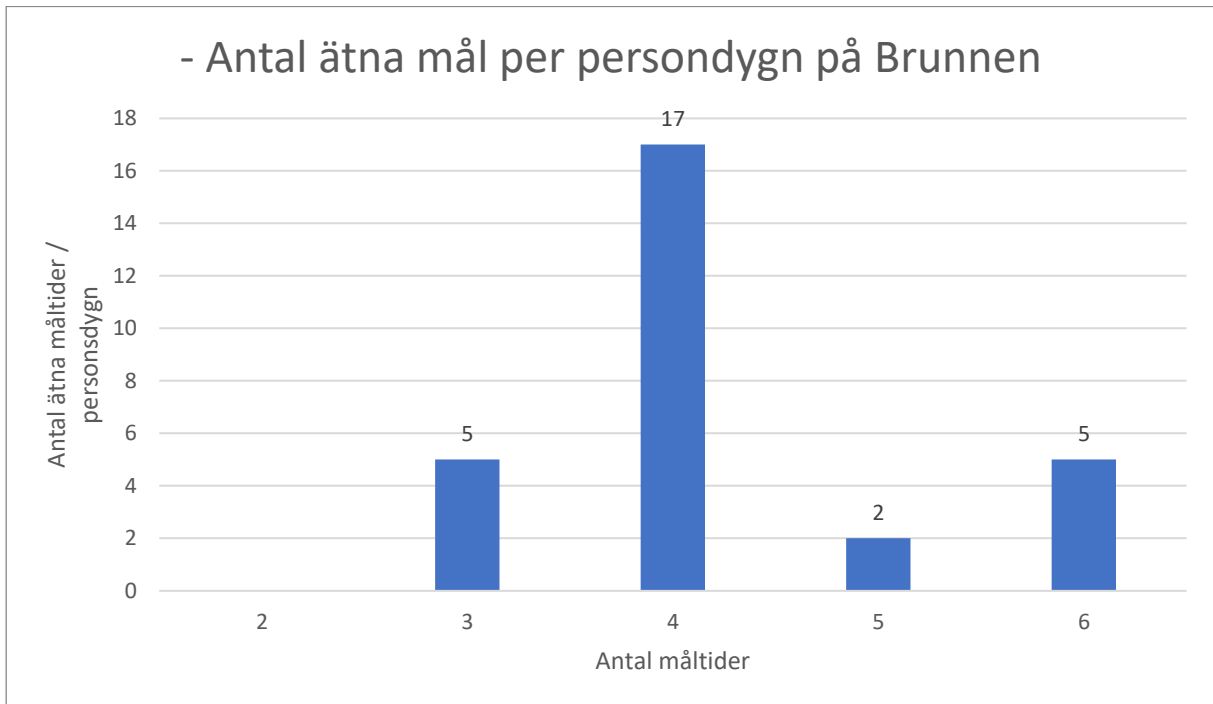
På Brunnen gjordes mätningar på både våning 1 och våning 2.



Nattfastan på Brunnen var hög och låg på 13,6–13,8 timmar.



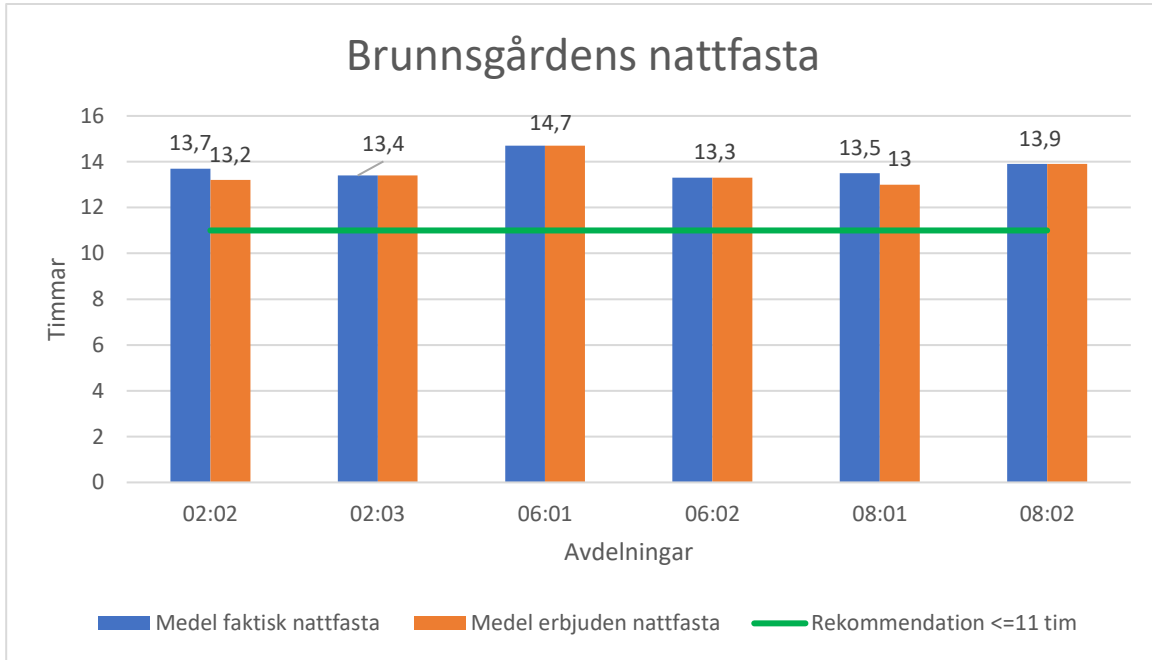
Måltiderna serveras mestadels med start från klockan 08.00 och till slutar vid klockan 19.00.



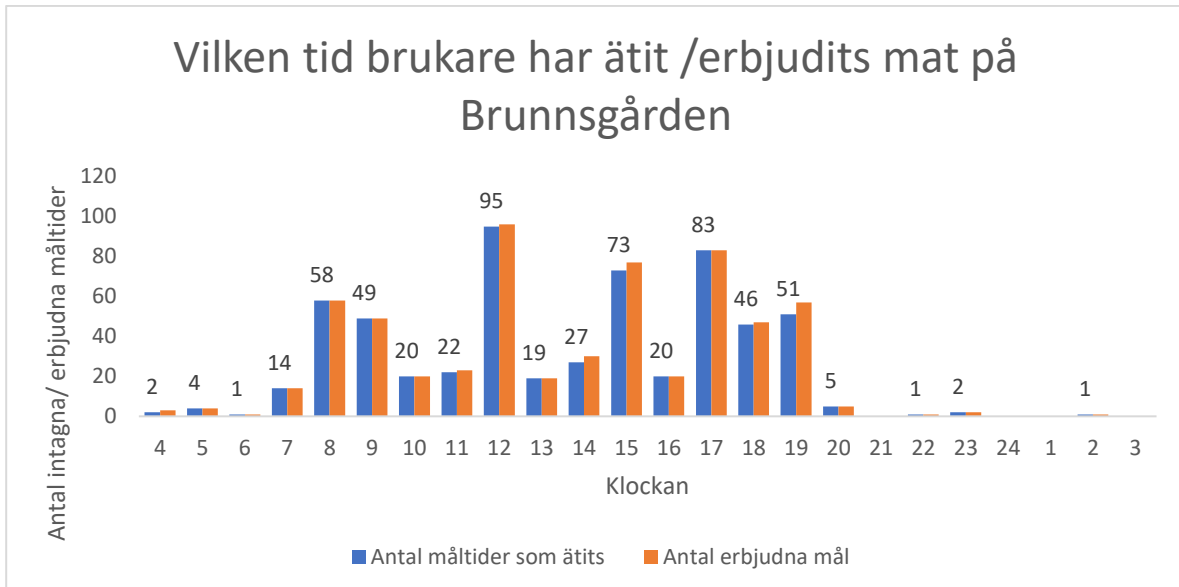
Det mest vanliga var att brukarna hade fyra ätna mål med en variation mellan tre till sex måltider.

# Brunnsgården

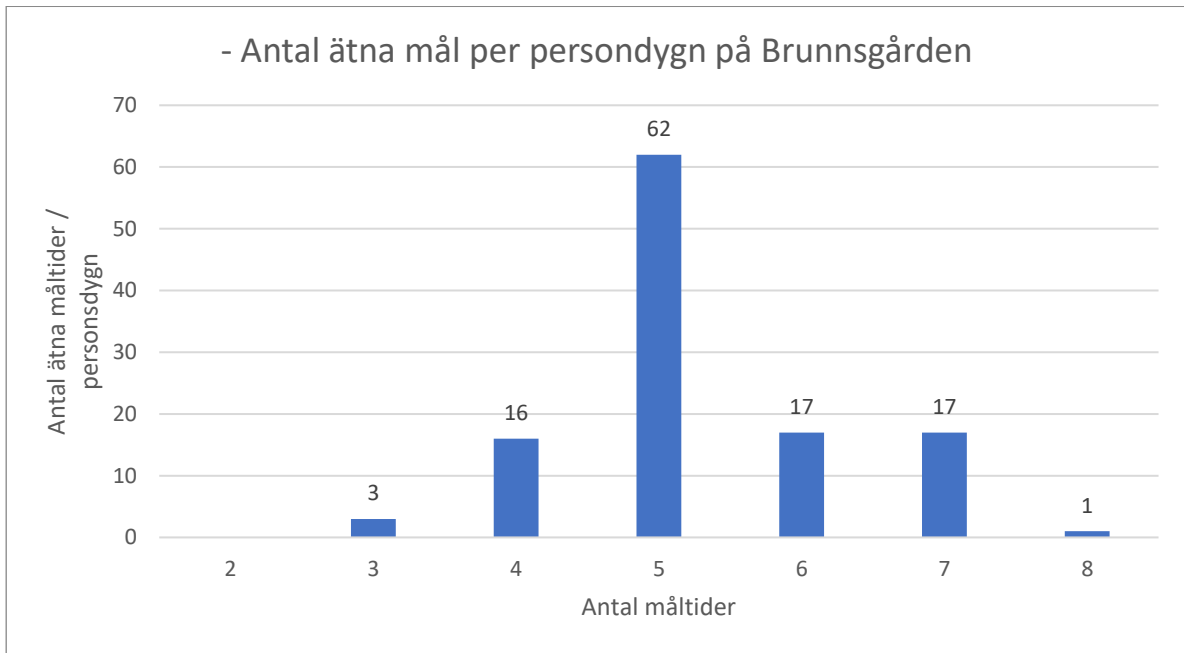
På Brunnsgården gjordes mätningar på avdelning 2:2, 2:3, 6:1, 6:2, 8:1 och 8:2



Nattfastan mellan avdelningarna på Brunnsgården låg högt och mellan 13,3 till 14,7 timmar.



Förutom huvudmålen är även övriga måltider väl spridda över hela dygnet.

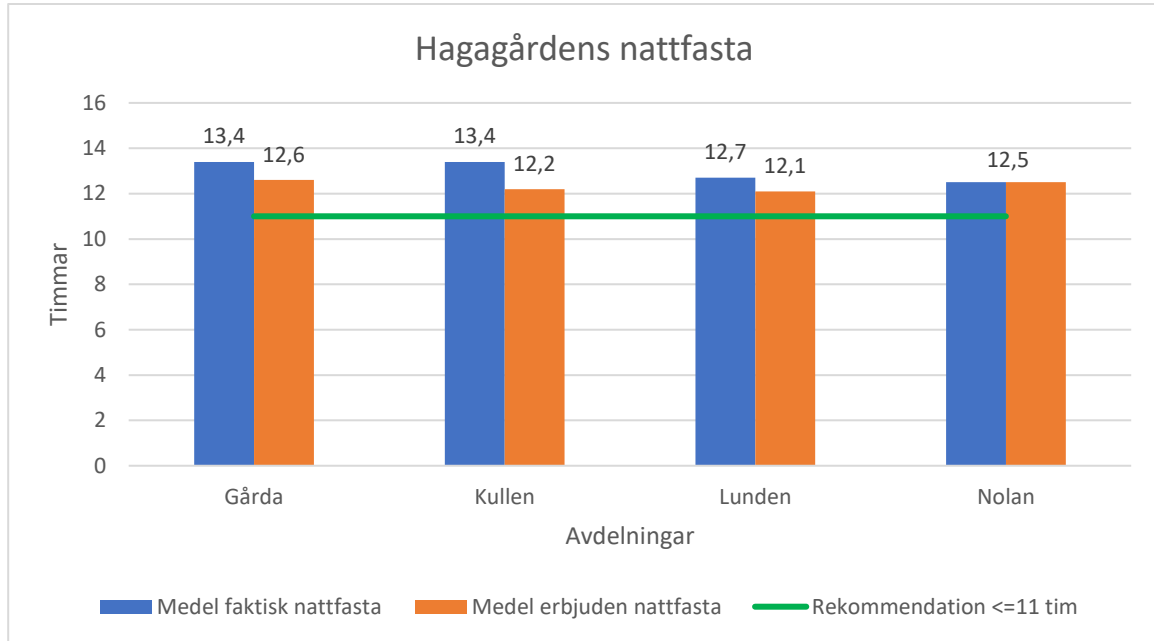


Det vanligaste är att det serveras fem måltider med en variation från tre till åtta måltider per dygn.

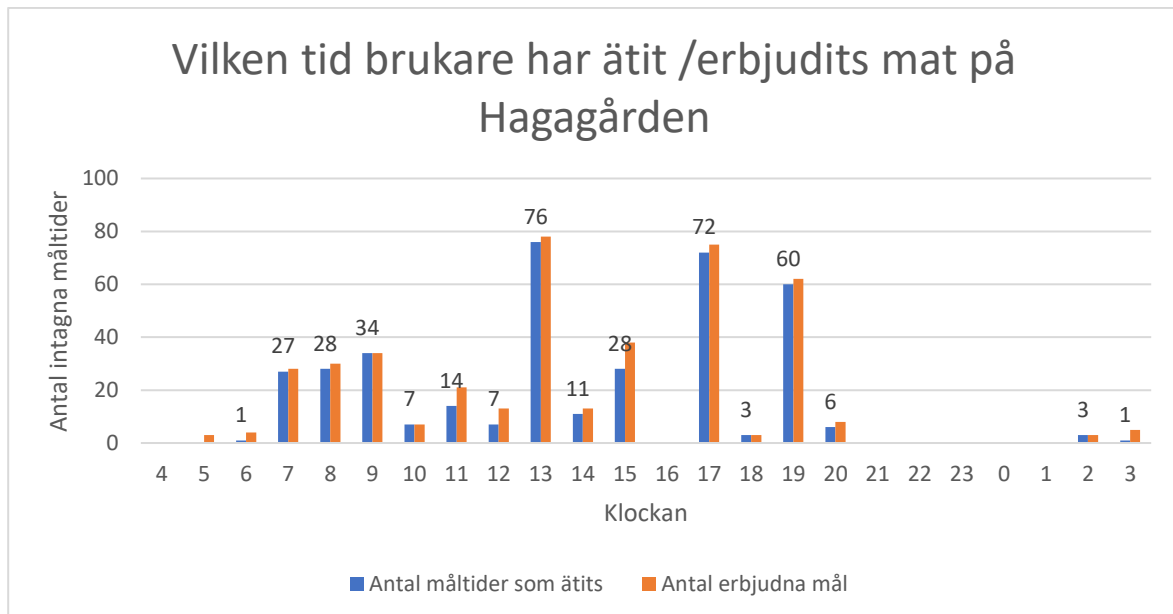


# Hagagården

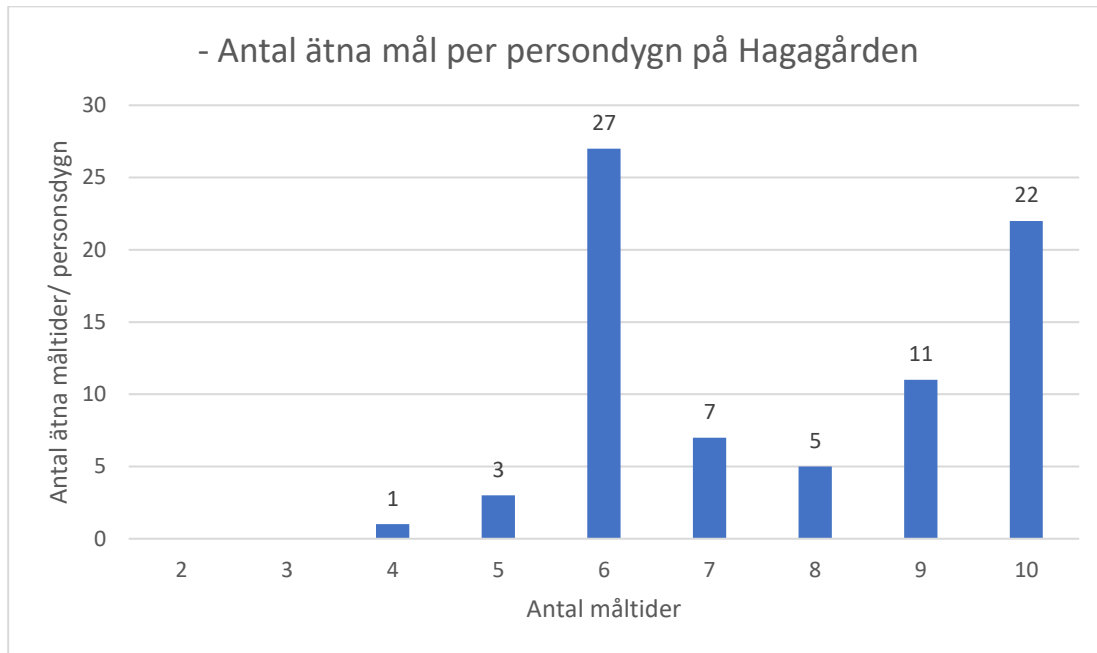
På Hagagården gjordes mätning på avdelningarna Gårda, Kullen och Lunden.



Nattfastan på Hagagårdens avdelningar låg mellan 12,5–13,4 timmar. Den erbjudna nattfastan var lite lägre och låg mellan 12,1–12,6 timmar.



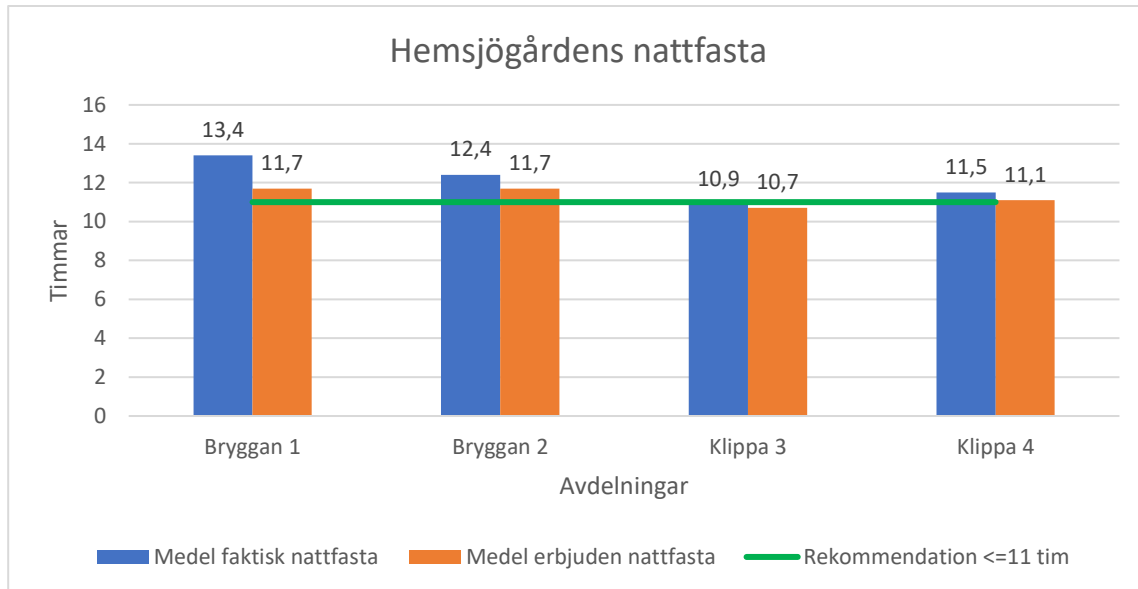
De flesta måltiderna som serverades var mellan kl. 7:00-20:00.



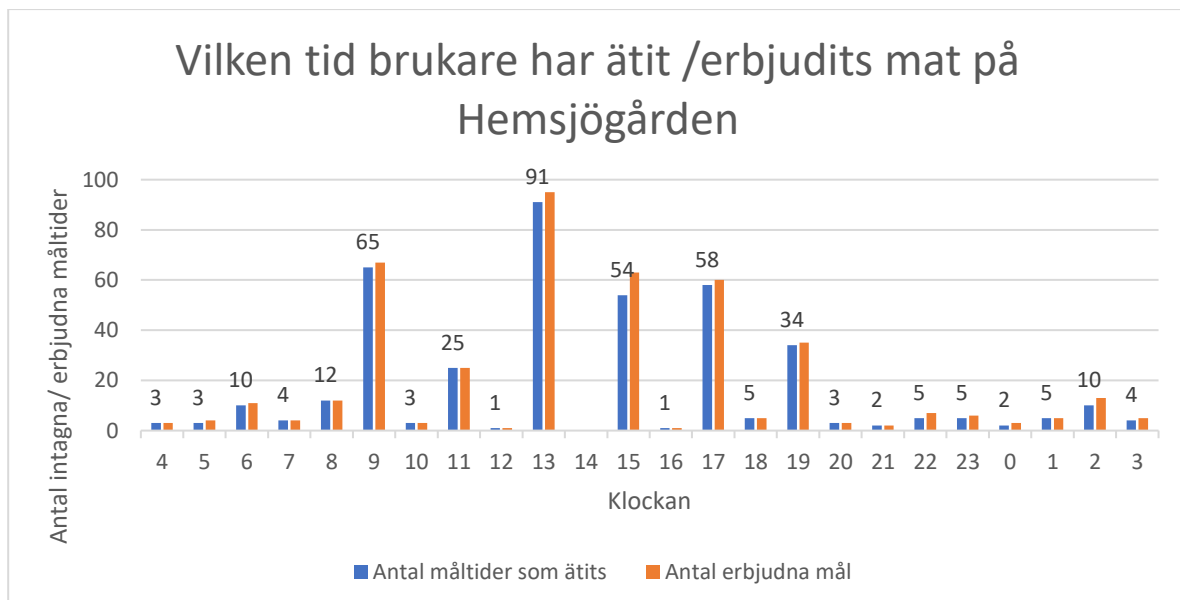
Det var många som fick flera måltider per dygn där sex mål var vanligast och därefter tio måltider per dygn.

# Hemsjögården

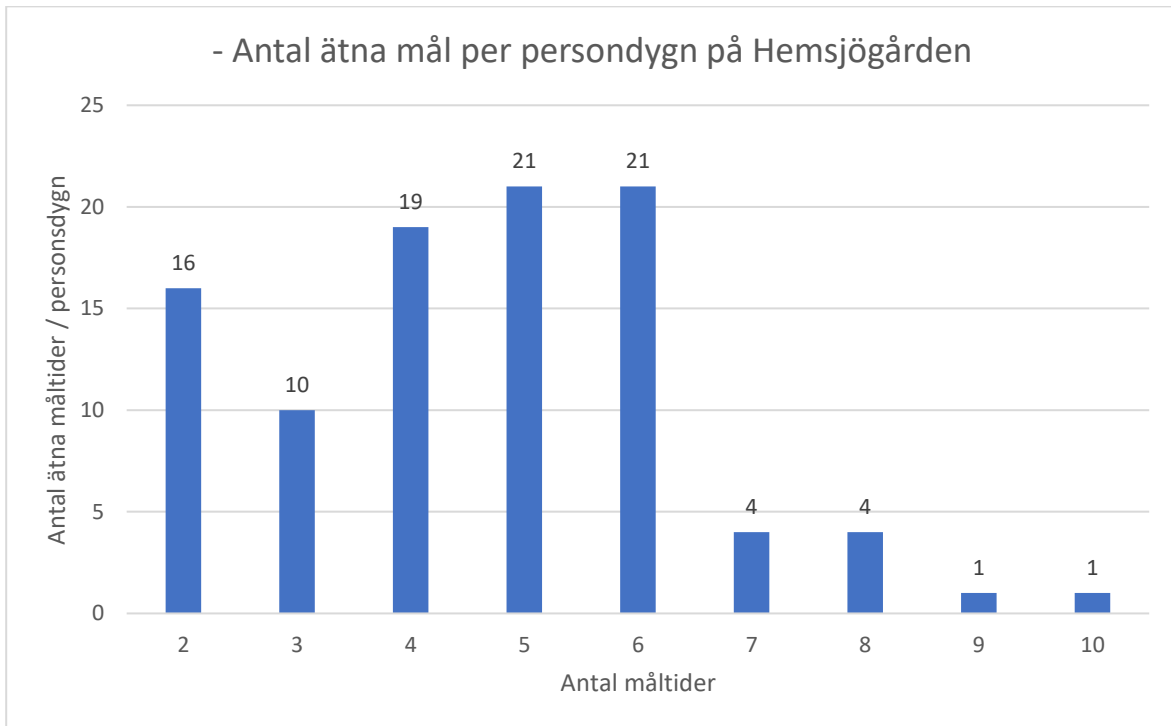
På Hemsjögården gjordes mätning på Bryggan 1, Klippan 3 och Klippan 4.



Hemsjögårdens avdelningar nattfasta låg på 11,5 till 13,3 timmar. På Bryggan skilde det en del mellan erbjuden och faktisk nattfasta från 13,4 till erbjuden 11,7 timmar. På Klippan 3 låg de under elva timmar på både erbjuden och faktisk nattfasta.



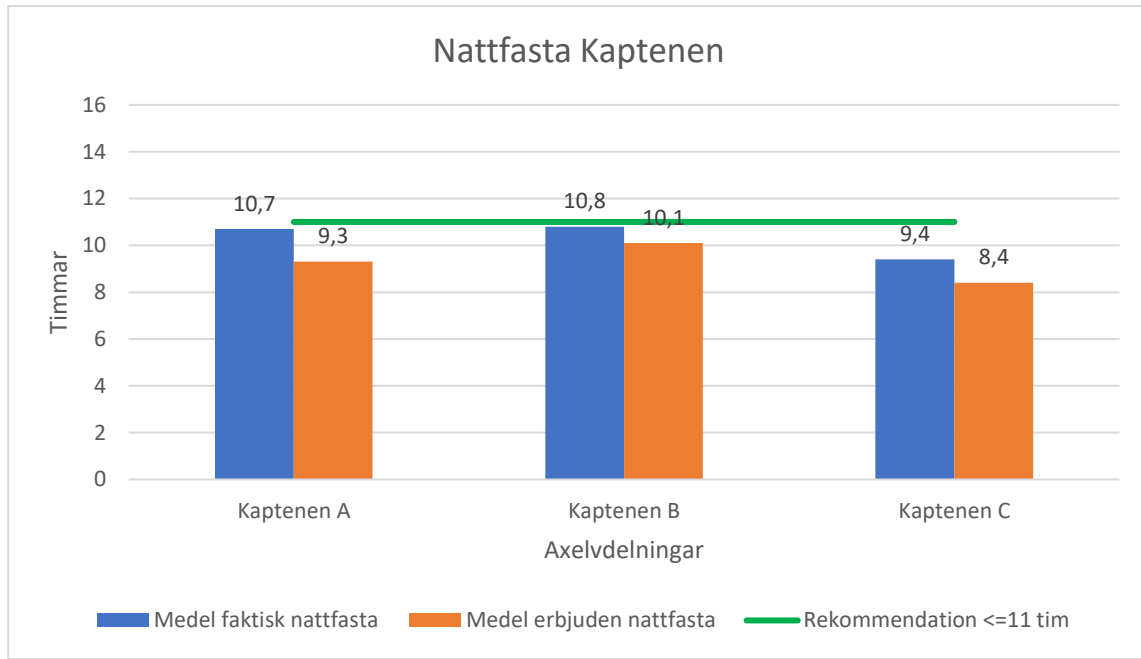
Här kan vi se att det serveras måltider inte bara under huvudmålen utan även under hela dygnet.



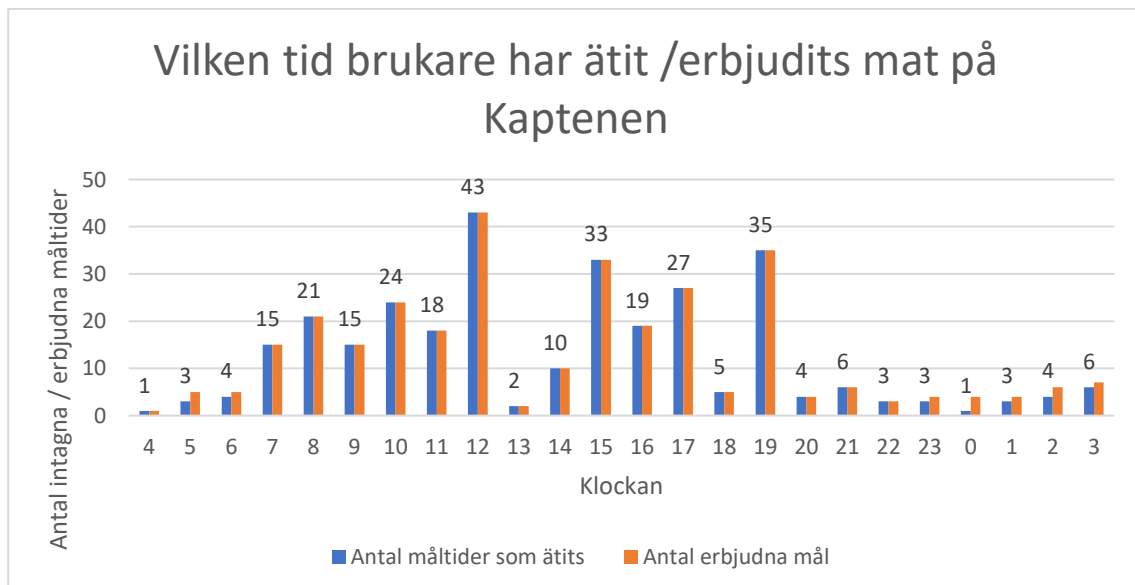
Det var en jämn uppdelning mellan två till sex måltider / dygn, med en spridning från två till tio måltider/ dygn.

# Kaptenen

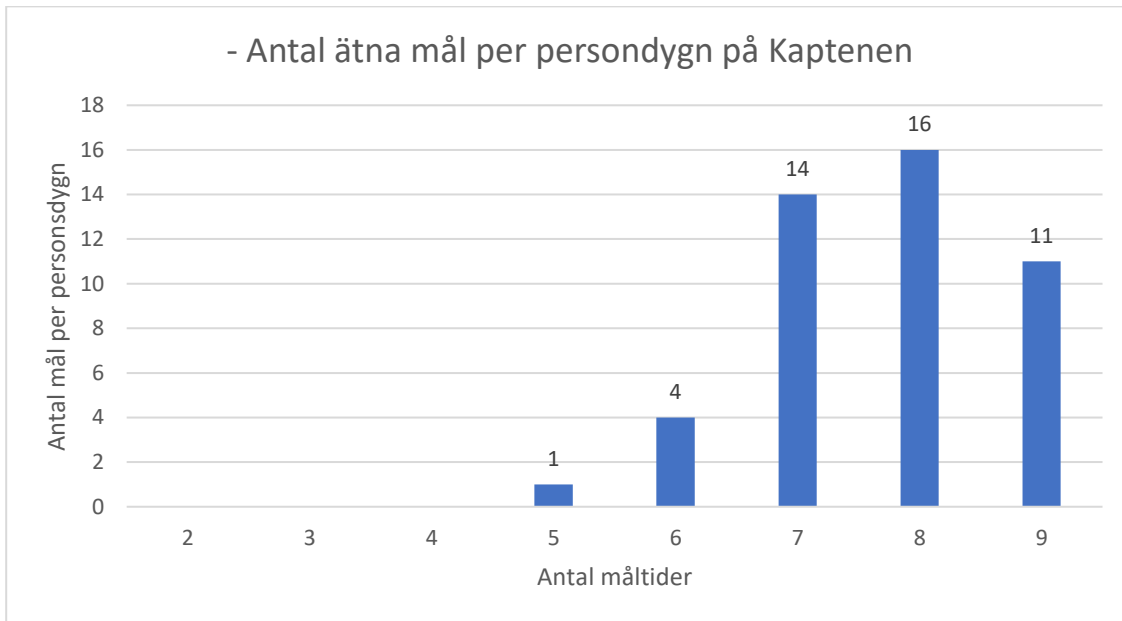
På Kaptenen gjordes mätning på avdelning A, B och C.



Nattfastan på Kaptenen låg alla avdelningar under elva timmar och lägre vilket var ett mycket bra resultat.



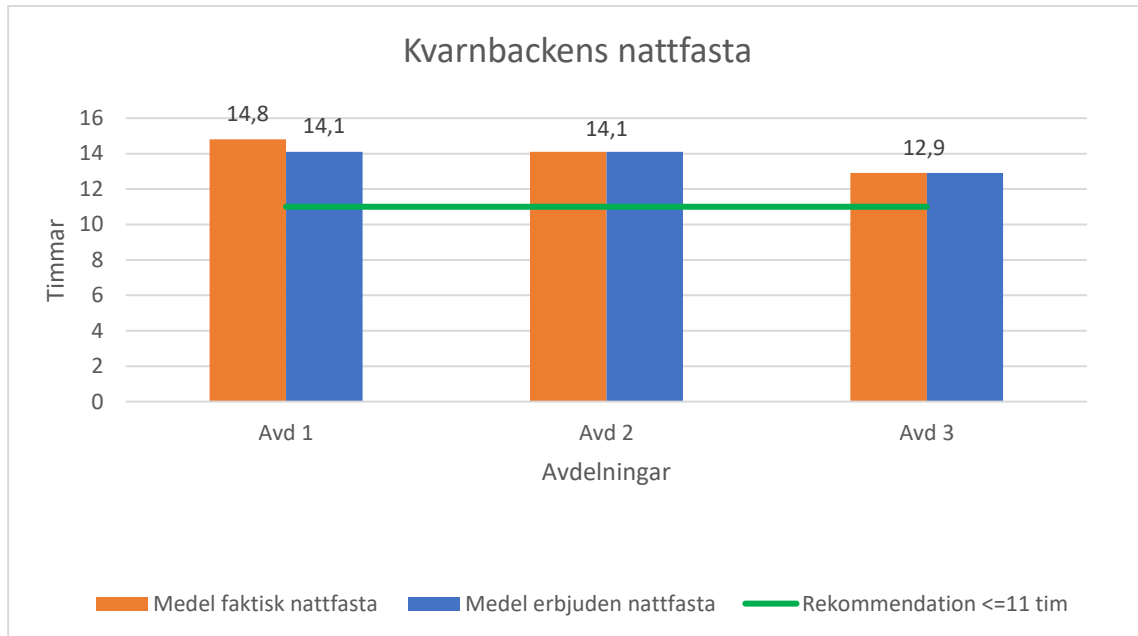
Förutom huvudmåltiderna serveras mellanmål jämnt under hela dygnet.



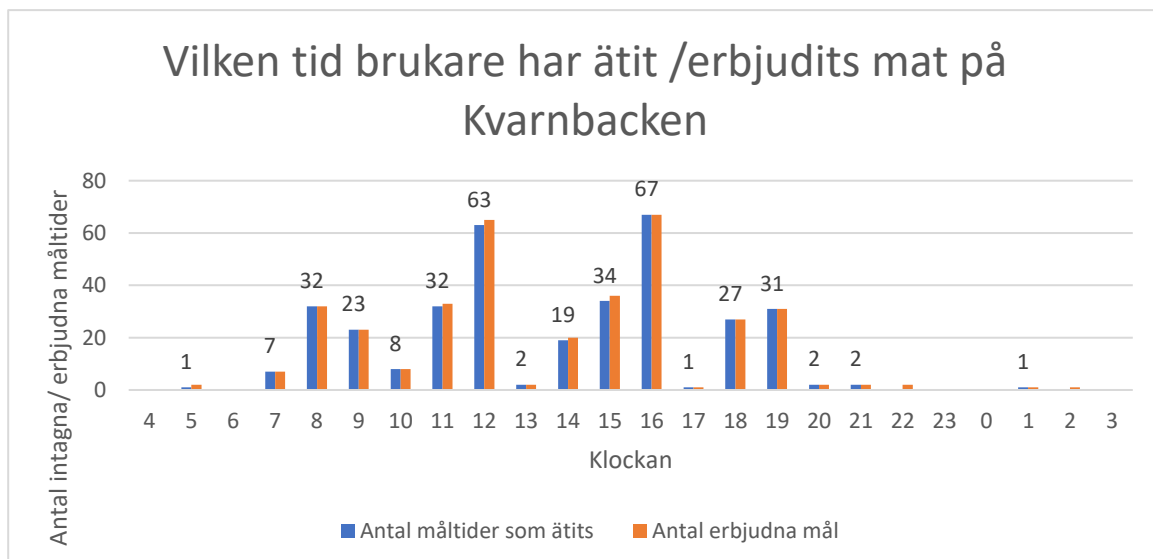
På Kaptenen var det vanligast med sju till nio måltider / persondygn. Det serverades mellan fem till måltider per dygn.

# Kvarnbacken

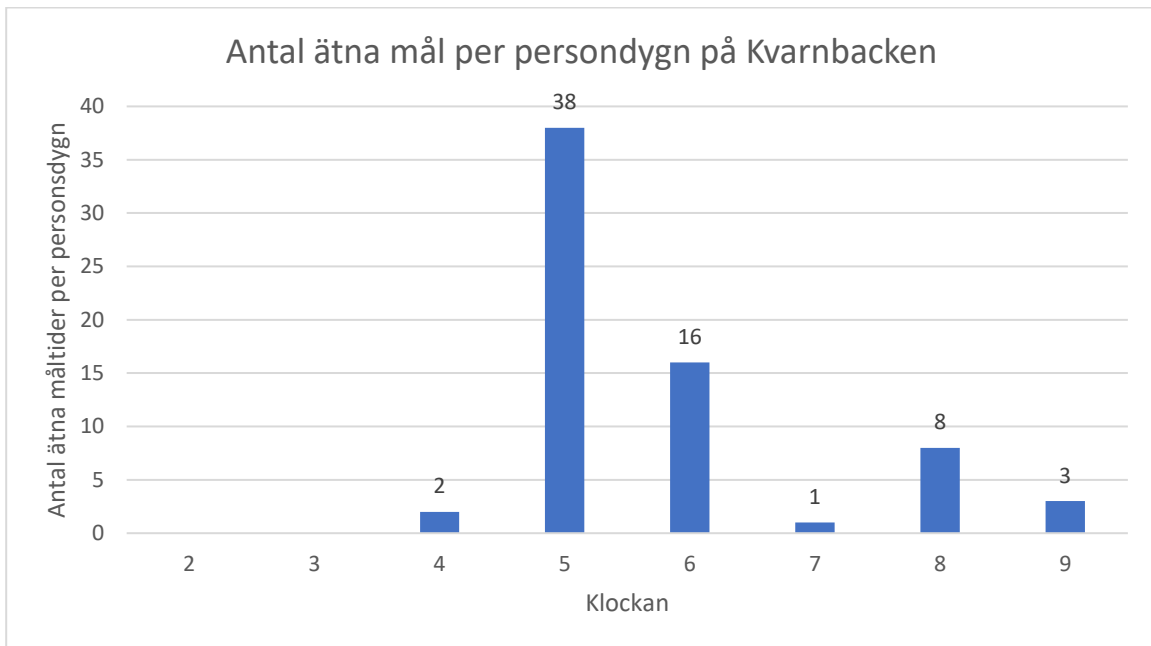
På Kvarnbacken gjordes mätning på avdelning 1, 2 och 3.



Erbjuden nattfasta var hög och mellan 12,9 till 14,8 timmar. På både avdelning 2 och 3 var faktisk och erbjuden nattfasta samma. På avdelning 3 låg däremot faktisk nattfasta på 14,8 och erbjuden nattfasta på 14,1.



Maten serverades vid flera tillfällen och inte bara vid huvudmålen från klockan 07.00 och fram till klockan 19.00. Ett fåtal mål serverades och erbjöds under natten och tidig morgon.

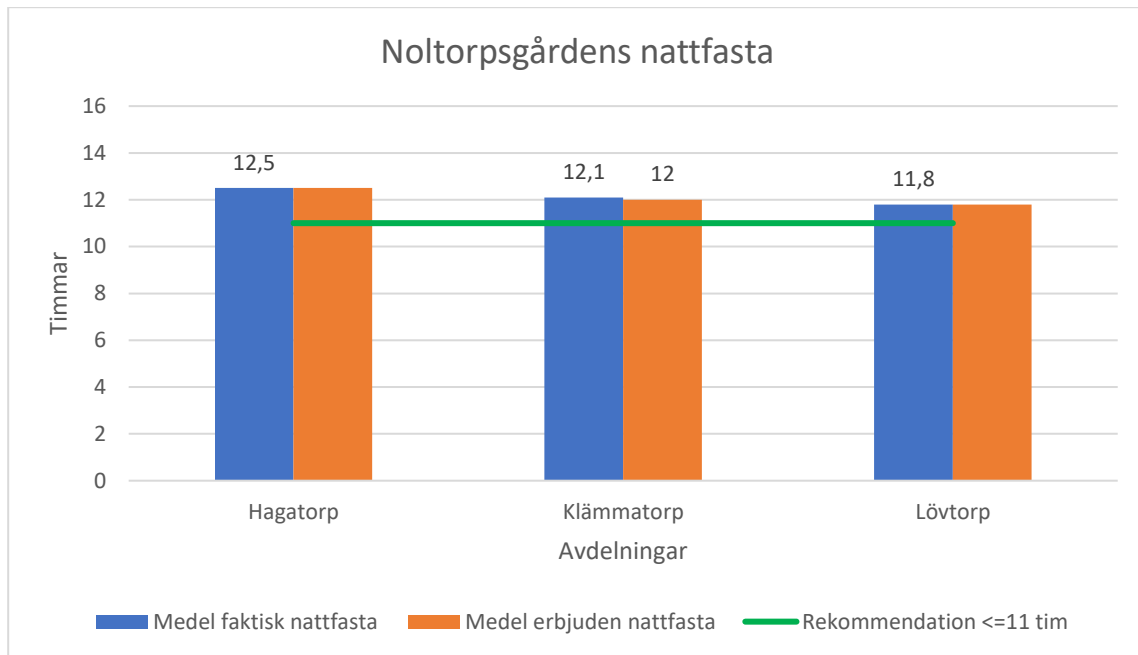


Det vanligast är fem måltider per dygn men med en spridning mellan fyra till nio stycken måltider per dygn.

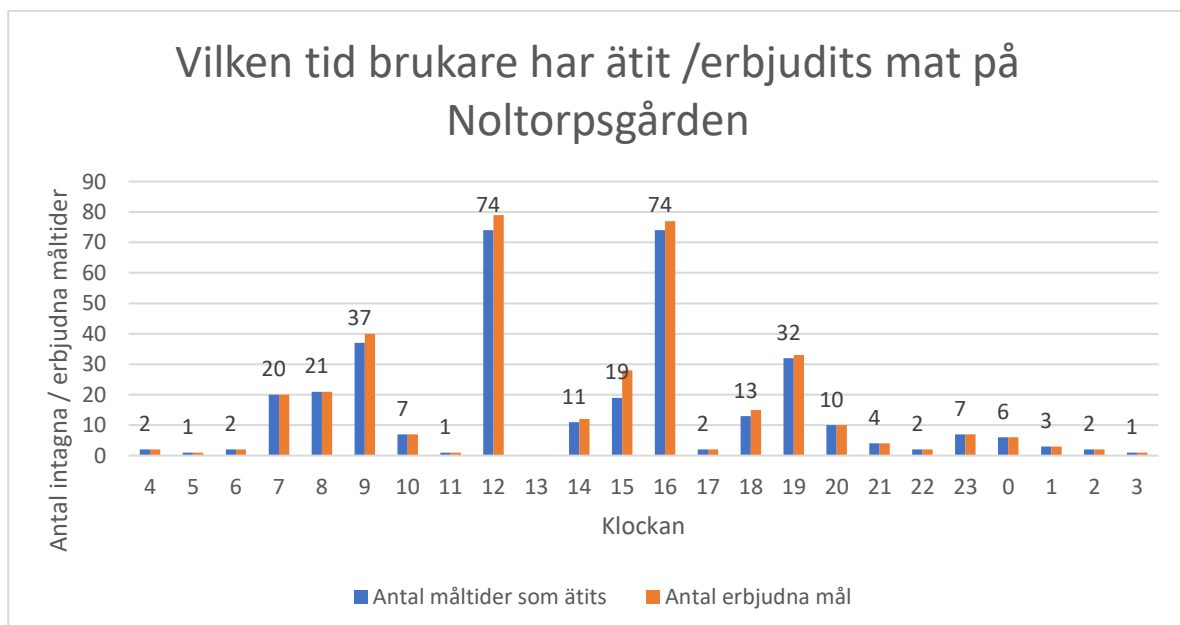


# Noltorpsgården

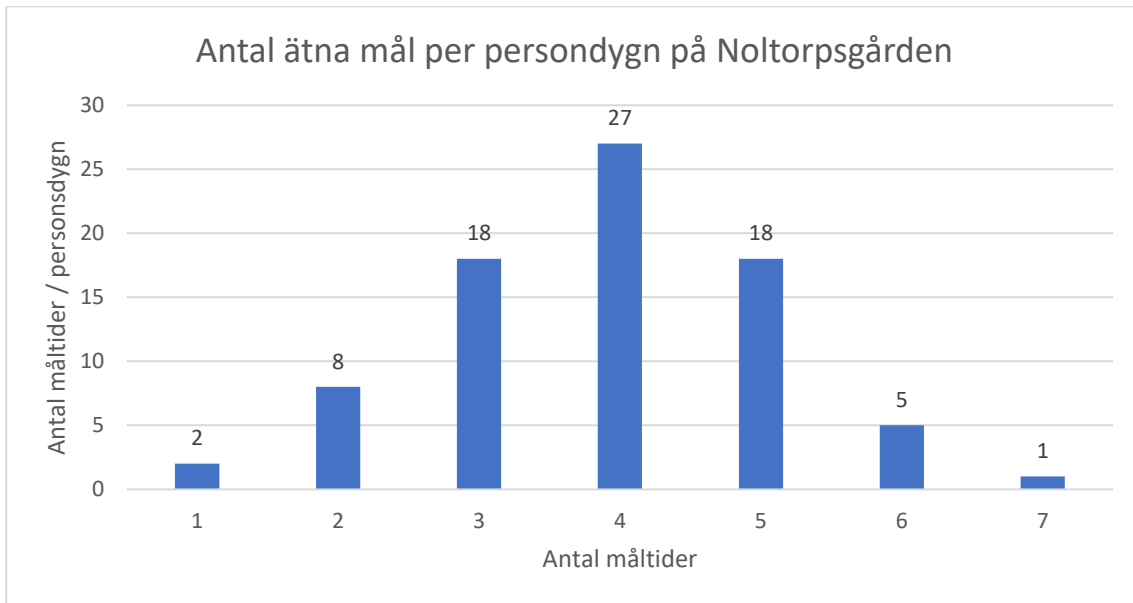
På Noltorpsgården gjordes mätning på alla tre avdelningarna: Hagatorp, Klämmatorp och Lövtorp.



Nattfastan låg mellan 11,4 timmar och 12,5 timmar på de olika avdelningarna.



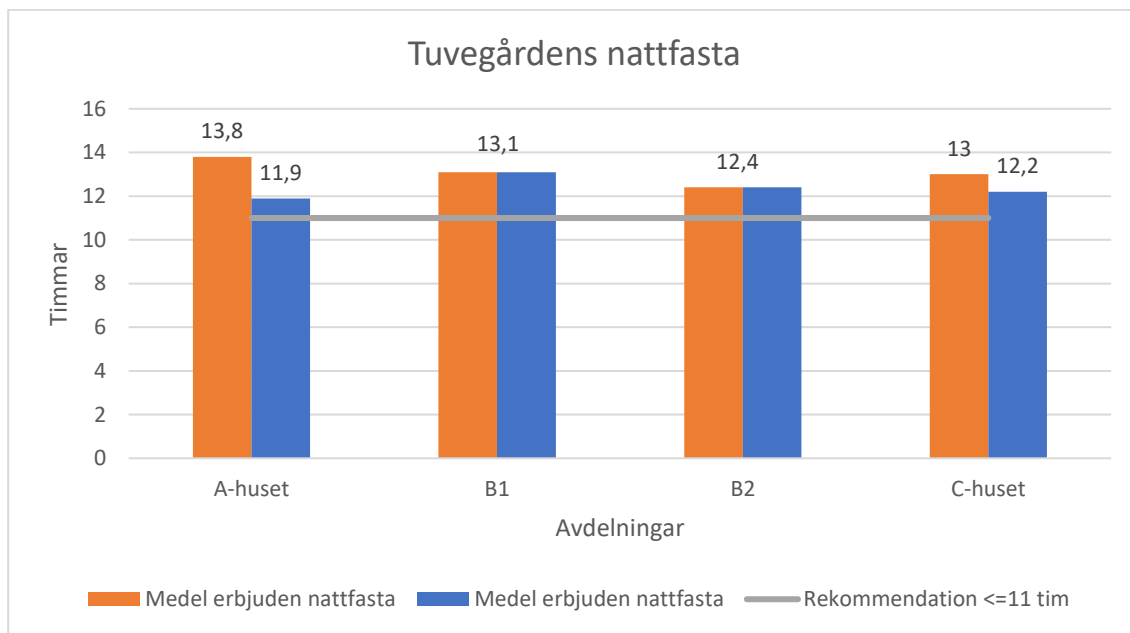
På Noltorpsgården erbjuds måltider under hela dygnet förutom på huvudmålen.



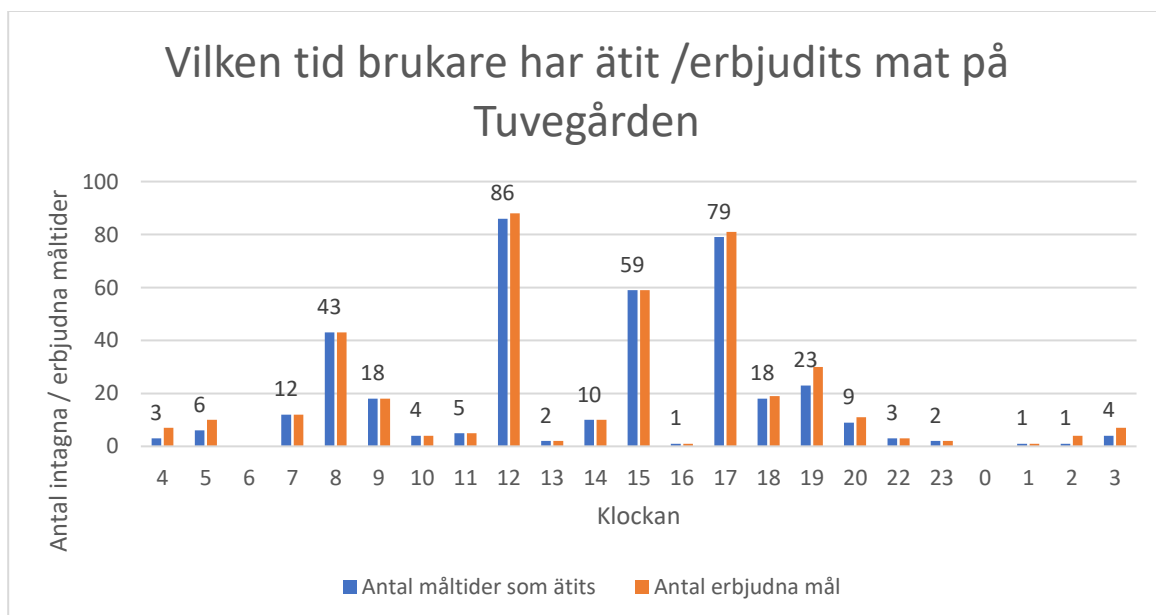
Antalet måltider/ personsdygn är utspridda som en normalfördelningskurva där det vanligaste antalet måltider per dygn är fyra.

# Tuvegårdens

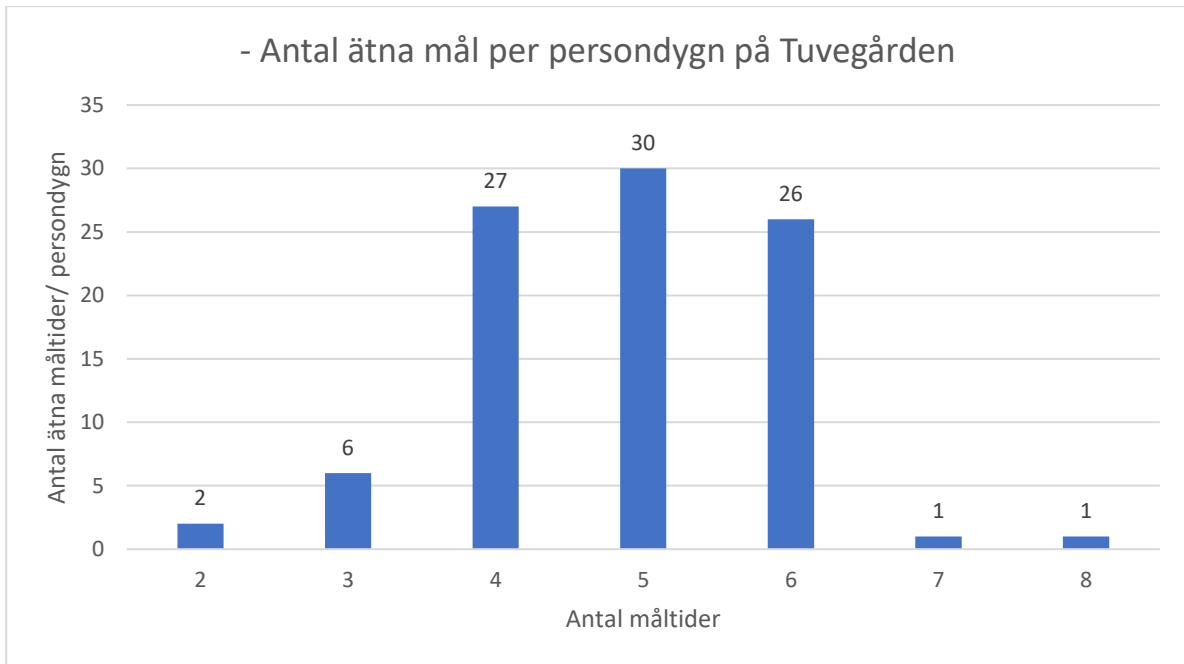
På Tuvegården gjordes registreringar på A-huset, C-huset och avdelning B1 och B2.



Den erbjudna nattfastan på samtliga avdelningar låg mellan 12,4 till 13,8 timmar. Den faktiska nattastan låg däremot lägre på A- och C-huset men var samma på B1 och B2 som den erbjudna nattfastan.



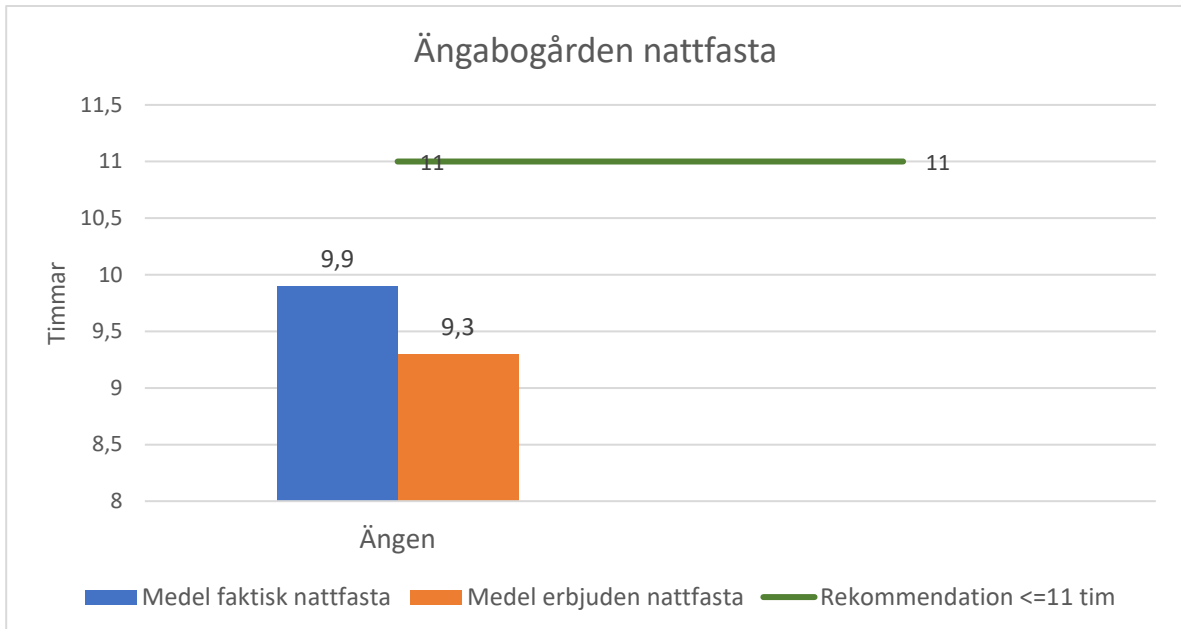
Förutom huvudmåltiderna var mellanmålen spridda över hela dygnet.



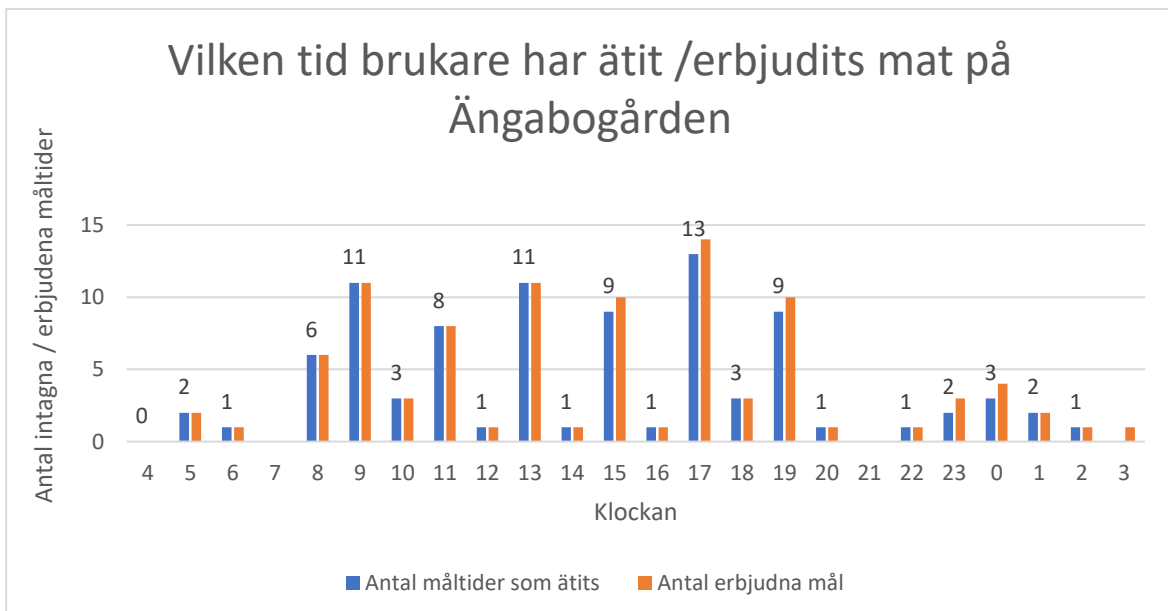
Flertalet serverades mellan fyra till sex per dygn, med en variation på två till åtta måltider per dygn.

# Ängabogården

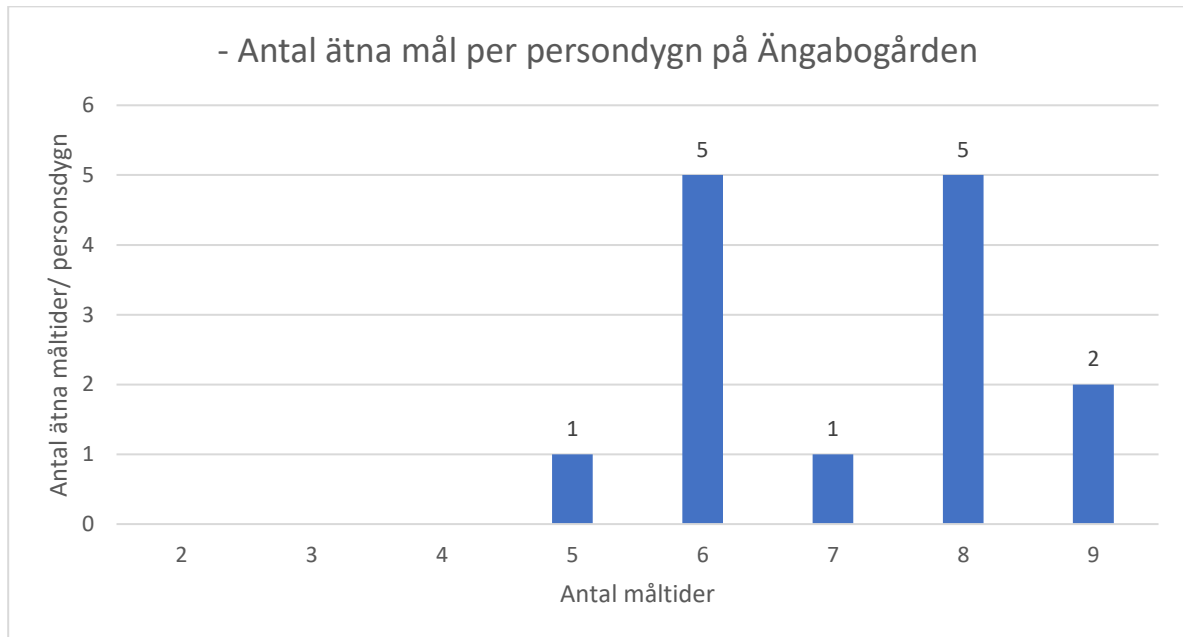
På Ängabogården gjordes mätning på avdelning Ängen.



Den erbjudna nattfastan var långt under elva timmar och låg på 9,9 timmar och den faktiska nattfastan låg på 9,3 timmar.



De flesta måltiderna serveras från klockan 08.00 till 19.00. Men det serveras även mat under resten av dygnet och mellan huvudmåltiderna.



Vanligast var sex och åtta måltider, med variation från fem till sju måltider per dygn.

## Referenser

Kruizenga, H. M.-d. (November 2005). Effectiveness and cost-effectiveness of early screening and treatment of malnourished patients. *The American Journal of Clinical Nutrition*, ss. 1082-9.

Rolls, B. J. (Nov 1995). Age-related impairments in the regulation of food. *The American Journal of Clinical Nutrition*, ss. 923-31.

Soderstrom, L. T. (Oktober 2018). Mealtime habits and meal provision are associated with malnutrition among elderly patients admitted to hospital. *Clinical nutrition*, ss. 281-2.